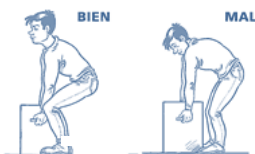


## SOBREESFUERZOS

- Seguir las recomendaciones para una correcta manipulación manual de cargas.
- En el montaje y desmontaje del mostrador, el trabajador adoptará posturas adecuadas tanto en el manejo como en el transporte de las cargas para evitar lesiones indeseadas.
- Mover las cargas pesadas con ayuda mecánica o de otras personas.
- Se debe evitar la manipulación de cargas por encima de la cabeza.
- En el manejo del hielo, utilizar elementos auxiliares que faciliten el reparto del mismo por el mostrador.
- La altura de las mesas de trabajo así como del mostrador, deben tener una altura adecuada para el trabajo a realizar.



- Evitar el giro de la cintura cuando se tenga la carga entre las manos, es preferible mover los pies para colocarse en la posición deseada.
- Durante las pausas, cambiar la posición del cuerpo y efectuar movimientos suaves de estiramiento de los músculos.

## EQUIPOS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

- Se utilizarán siempre botas de seguridad impermeables, mandil de plástico, gorros y guante de nitrilo (usar con manos secas).
- Para el manejo de los cuchillos y tijeras, se utilizará de forma obligatoria el guante anti-corte, en la mano contraria a la que maneja la herramienta.
- Todos los Epi's tendrán marcado CE.



PLAN GENERAL DE ACTIVIDADES PREVENTIVAS DE LA SEGURIDAD SOCIAL 2023



MAZ MUTUA COLABORADORA CON LA SEGURIDAD SOCIAL Nº11  
www.maz.es @mutuamaz /mutua-maz /mutuamaz

Área de Actividades Preventivas  
summa MAZ



La seguridad y la salud es tarea de todos

MAZ | suma  
LABORAL

LOGO



PREVENCIÓN DE  
RIESGOS EN  
PESCADERÍAS

Área de Actividades Preventivas

## INTRODUCCIÓN

*Las pescaderías son establecimientos de alimentación, dedicados a la venta al público de pescados, mariscos, congelados, derivados y preparados.*

## CAÍDAS, GOLPES Y CHOQUES

- Mantener orden y limpieza en la zona de trabajo y zonas de paso.
- Limpiar lo antes posible cualquier tipo de derrame y restos del despiece en el suelo.
- Depositar desperdicios de los distintos productos, en recipientes apropiados para el residuos orgánicos
- Los suelos serán de propiedades antideslizantes y/o se colocarán bandas antideslizantes para aumentar la adherencia al suelo
- Los puestos de trabajo tienen que tener espacio para que los trabajadores puedan llevar a cabo su labor en condiciones óptimas.
- Los trabajadores deberán usar botas de seguridad impermeables y antideslizantes.
- Extremar las precauciones al entrar en las cámaras frigoríficas y de congelado. Limpiar los posibles restos de agua y hielo.

## EQUIPOS DE TRABAJO

- Cuando trabajes con las máquinas, no retires ni anules resguardos ni dispositivos
- En caso de usar filmadora (envasadora de film), NO aproximes las manos a la zona gris del equipo y a la zona de corte (por calor) del envoltorio, para evitar contactos térmicos.
- Antes de usar una escalera de mano asegúrate que es estable y que su base queda sólidamente asentada.
- Antes del uso de transpaletas, realiza un chequeo del estado de las mismas, comprobando especialmente sus elementos de seguridad. No transportes cargas inestables y no exceder la carga máxima.



## ESTRÉS TÉRMICO

- El personal de pescadería permanecerá en las cámaras frigoríficas solo el tiempo necesario e imprescindible.
- Debido a las bajas temperaturas en el interior de las cámaras frigoríficas es necesario el uso de ropa de trabajo adecuada que proteja de las bajas temperaturas.
- Deberán disponer de un sistema de apertura que permita que las puertas puedan ser abiertas desde el interior de la cámara frigorífica
- En el exterior existirá una señal luminosa que advierta de la presencia de personas en su interior
- En el interior de una cámara congeladora debe disponerse de alarma acústica y de un hacha tipo bombero.



## HERRAMIENTAS DE CORTE

- Las herramientas manuales y utensilios de corte, estarán correctamente diseñadas. Se utilizarán de forma correcta y para el uso para el cual fueron diseñados
- Guardar los utensilios de corte en los cuchilleros o en lugares destinados para ese fin mientras no se utilicen.
- Los cuchillos deben tener hojas sin defectos y bien afiladas, provistos de guardas (molduras en los mangos), mangos en perfectas condiciones.
- Los utensilios de corte deben conservarse en perfecto estado de limpieza y de conservación.
- Realizar los cortes siempre con la hoja bien afilada y en dirección contraria al cuerpo.
- Para el manejo de los cuchillos y tijeras, bien sea en sus funciones de corte o limpieza se utilizará de forma obligatoria el guante anti-corte,
- Nunca limpies los cuchillos o tijeras en el delantal u otra prenda del uniforme. Limpia los cuchillos apoyando el mismo sobre una superficie plana.
- Para evitar atrapamientos, trabaja con ropa ajustada y prescinde de accesorios (collares, pulseras, anillo, etc.).



## CONTACTOS ELÉCTRICOS

- No manipular cables o enchufes con las manos mojadas. Evitar también en la limpieza el uso de paños o fregonas húmedas sobre enchufes conectados
- Evitar el uso de los equipos de trabajo si están averiados o deteriorados
- Mantener el cuadro eléctrico debidamente protegido, limitando el acceso al personal autorizado
- Realizar la limpieza de la maquinaria sólo después de cortar toda fuente de energía
- Limpiar de inmediato cualquier derrame de líquidos en el área de trabajo que pueda provocar un corto circuito.



## CONTACTO CON AGENTES BIOLÓGICOS

- Cuida las correctas prácticas higiénicas personales durante la manipulación de pescado y mariscos.
- Debe prohibirse que se coma o beba dentro del establecimiento.
- Cumplir con las recomendaciones del curso de manipulador de alimentos
- Limpiar y desinfectar los locales, los mostradores, los equipos de trabajo con la periodicidad establecida en los protocolos de limpieza.

